

WATA FUNDAMENTAL



Du 25 au 30 Mai 2024
à Forcalquier, France



Enseignement: Arjana C. Brunschwiler

Accompagnée par 3 Candidats-enseignants :

Reka Valentini (ITA), Steve Fernandez (ISL),

Dieter Engerisser (BEL)



WATA FUNDAMENTAL ?

Dans le cours de WATA FUNDAMENTAL, nous nous concentrons sur trois aspects fondamentaux de la Waterdance: l'ancrage, la posture (du donneur et du receveur) et la respiration.

En Waterdance, notre mouvement le plus élémentaire est la « Water Breath Dance », qui consiste à faire flotter quelqu'un dans nos bras, à le laisser s'enfoncer doucement à l'expire et à remonter avec lui à l'inspire. Ce mouvement créé une connexion qui peut être reprise dans tous les mouvements à la surface ou sous l'eau.

Nous pratiquons également le début et la fin d'une session et les mouvements de base, qui constituent le noyau essentiel de cette forme de travail aquatique de guérison corporelle.

La deuxième partie de cette formation est consacrée à une introduction ludique et en même temps attentive pour amener notre partenaire sous l'eau. Les craintes ou les appréhensions liées à l'immersion complète sous l'eau seront prises en compte le temps nécessaire pour s'ouvrir et s'intégrer.

A terre :

Divers outils tels que les méditations guidées, le travail corporel et énergétique, les exercices de respiration active, les techniques de communication et un contact conscient avec la terre, aideront à équilibrer les quatre éléments en nous et autour de nous.

ENSEIGNEMENT



Arjana Claudia Brunschwiler

- WATA : Co-fondatrice WATA et formatrice de WATA FUNDAMENTAL, WATA 1, 2, 3
- WATSU : praticienne et formatrice de WATSU
- Accompagnatrice psycho-énergétique

Arjana

« À 26 ans j'ai découvert la beauté et la puissance du travail dans l'eau. C'était un moment clé de ma vie et le début de mon chemin professionnel avec cet élément. Il représente pour moi avant tout l'unité et l'interconnexion de la vie. 34 ans plus tard – après avoir formé et traité individuellement des milliers de personnes dans les 4 coins du monde – je me sens toujours profondément liée et portée par la richesse, la force et en même temps la douceur de cet élément fondamental et féminin.

Un large éventail de formations corporelles et énergétiques complète mon parcours (constellation systémique, Prenatal and birth Journey , Hatha yoga , Voice Dialogue, Shamanisme, etc...). J'incorpore ces différentes pratiques dans mon enseignement. »

FORMATION

Prérequis

Ouvert à tous. Pas de prérequis.

Journée type

Nous travaillons la matinée dans la piscine (sauf le premier jour). Après une bonne pause à midi, nous passons l'après-midi en salle.

Enfin, avant ou après le dîner, les participant.e.s ont l'occasion de pratiquer dans l'eau.

Matériel

- Vos flotteurs si vous en avez (possibilité d'en acquérir sur place)
- Pince-nez si vous en avez,
- Des bouchons d'oreilles pour l'eau si vous avez les oreilles sensibles
- Des bouchons d'oreille pour dormir si vous partagez une chambre
- Une gourde (plastique) ou thermos (bien s'hydrater pendant la pratique aquatique)
- Votre carnet de bord
- De quoi écrire

Tenue conseillée

- Deux maillots de bain et deux serviettes de bains
- Des Tongs de piscine
- Vêtements confortables pour travailler au sol
- Une bonne veste et des bonnes chaussures pour sorties éventuelles dans la nature

INFOS PRATIQUES

Dates et horaires

Du samedi 25 au jeudi 30 mai 2024.

J1 : Accueil et administration dès 9.30 h.

Cercle d'ouverture à 10 h précises !

Fin du stage vers 17 h

Lieu

La Voie de l'Eau

24 rue des Giloux

04300 Forcalquier

Prix

FORMATION	720€
PISCINE	180€ (30 €/jour)
LUNCH (catering)	90€ (15€/ jour)

Le prix Total du stage est de 990€.

Ce prix inclut :

- la formation de 6 jours,
- la location de la piscine et de la salle,
- les repas de midi (végétariens),
- l'inscription au registre WABR
- le certificat de participation.
- NB : logement non inclus

Votre inscription est confirmée dès réception de **l'acompte de 190€**

sur le compte : N26 Bank

Name: LONGUET Stéphane

IBAN: DE49 1001 1001 2621 0047 95 BIC: NTSBDEB1XXX

Ou possible via Transferwise (transferwise.com)

À l'adresse: waterdanceconnexion@gmail.com

L'acompte est non remboursable en cas d'annulation de votre part.

Le solde est à payer le premier jour du cours (en cash).

NB : Les chèques ne fonctionnent pas.

En cas d'annulation par les organisateurs, l'acompte vous sera entièrement remboursé.

Inscription

Pour valider votre inscription :

1. Verser un acompte de 190€ (voir ci-dessus)
2. Envoyer un email de confirmation à Arjana :
arjana@waterdance.world

Repas

Le repas de midi (végétarien et biologique) est inclus dans le prix du stage.

A chaque participant de s'organiser pour le petit déjeuner et le repas du soir. Un réfrigérateur et une cuisine sont à disposition dans la maison.

Hébergement

Le prix du stage ne comprend pas le logement.

Il est possible de dormir sur place en chambre simple, double ou triple pour 22€/ nuit/ pers.

Des chambres individuelles sont disponibles à 2km de la piscine (guest rooms).

contactez Stéphane pour plus d'informations :

waterdanceconnexion@gmail.com

ou +33 6 05 16 80 17 (WhatsApp).

Transport

En Haute-Provence, un bassin conçu et dédié aux pratiques aquatiques dans un environnement calme, à deux pas de la forêt, du centre ville de Forcalquier et de toutes ses commodités.

Contactez Stéphane pour voir la meilleure possibilité d'accès (voiture, train, bus, ...). Parking sur le site possible.

Séances individuelles

Il est possible de réserver une séance individuelle (prix de la séance d'1h : 60€).

Elles sont données par les assistant.e.s/ candidat-enseignants et sont reconnues dans votre carnet de bord.

PRATICIEN WATA

Certification

Ce cours de WATA FUNDAMENTAL est reconnu dans la formation professionnelle internationale WABA (Worldwide Aquatic Bodywork Association). Il permet une accréditation de 50 heures à la fin du stage vous recevrez une attestation de participation.

Contact & informations

Arjana : +32 496 30 19 61
arjana@waterdance.world

Stéphane : +33 6 05 16 80 17
waterdanceconnexion@gmail.com

Info

www.waterdance.world

